

IMAZHI TRUPOR NË ADOLESHENCË: NDËRLIDHJA ME PRESIONIN  
SOCIOKULTUROR DHE VETËVLERËSIMIN

TEMA PËR TITULLIN

MASTER I ARTEVE NË PSIKOLOGJI SHKOLLORE DHE KËSHILLIM

nga

KRENARE SHATROLLI



UNIVERSITETI I PRISHTINËS

FAKULTETI FILOZOFIK

Departamenti i Psikologjisë

Prishtinë

Qershor, 2026

## **Imazhi Trupor në Adolehencë: Ndërlidhja me Presionin Sociokulturor dhe Vetëvlerësimin**

**Kandidate:** Krenare Shatrolli

**Mentore:** Prof. Dr. Zamira Hyseni Duraku

Imazhi trupor përfshin perceptimet, qëndrimet dhe ndjenjat që individët kanë ndaj trupit të tyre (Cash & Pruzinsky, 2002). Adolehenca është një periudhë veçanërisht e ndjeshme për imazhin trupor, duke pasur parasysh ndryshimet e shpejta fizike, kognitive dhe psikosociale që adolehentët përjetojnë gjatë kësaj periudhe zhvillimore (p.sh., puberteti, krijimi i marrëdhënieve me bashkëmoshatarët dhe atyre romantike, formimi i identitetit etj.) (Cash & Pruzinsky, 2002; Markey, 2010; Voelker et al., 2015). Imazhi trupor mund të ndërlidhet me presionet sociokulturore që vijnë nga familja, bashkëmoshatarët dhe media, të cilët shpesh promovojnë standarde joreale të pamjes fizike, duke nxitur investim më të madh në pamjen fizike, ndjenja të joatraktivitetit ose pakënaqësi me pamjen e dikujt, si dhe preokupim me peshën dhe të ngrënit (Thompson et al., 1999). Njëkohësisht, mënyra se si adolehentët e perceptojnë trupin e tyre mund të ndërlidhet ngushtë me vetëvlerësimin e tyre global, ku pakënaqësia trupore shoqërohet me një vetëvlerësim më të ulët, ndërsa kënaqësia me trupin shoqërohet me vetëvlerësim më të lartë (Cacaj & Toska, 2024; Sinaj & Meca, 2022).

Në kontekstin kosovar, mediat dhe rrjetet sociale janë bartësit kryesorë të promovimit të një imazhi të standardizuar të trupit (Halimi & Kamberi, 2024), ndërsa studimet ekzistuese kanë treguar se presioni familjar është një parashikues i rëndësishëm i sjelljeve të çrregullta të të ngrënit (Kadriu et al., 2014). Megjithatë, mungojnë studimet që shqyrtojnë njëkohësisht ndërlidhjen midis imazhit trupor, presionit sociokulturor dhe vetëvlerësimit të adolehentëve kosovarë. Ky studim kishte për qëllim të analizojë se si presionet nga familja, bashkëmoshatarët dhe mediat lidhen me imazhin trupor të adolehentëve, të hetojë ndërlidhjen midis imazhit trupor dhe vetëvlerësimit

global si dhe të ekzaminojë dallimet gjinore në këto konstrukte. Në mënyrë më specifike, ky studim synonte të kuptojë:

**P1.** Cila është marrëdhënia ndërmjet presionit sociokulturor dhe imazhit trupor te adoleshentët 15-18 vjeçarë?

**P2.** Cila është marrëdhënia ndërmjet imazhit trupor dhe vetëvlerësimit te adoleshentët 15-18 vjeçarë?

**P3.** A ekzistojnë dallime gjinore në imazhin trupor te adoleshentët 15-18 vjeçarë?

Në përputhje me pyetjet e hulumtimit dhe shqyrtimin e literaturës ekzistuese, janë formuluar hipotezat e mëposhtme:

**H1:** Presioni më i lartë sociokulturor i perceptuar nga familja, bashkëmoshatarët dhe mediat lidhet me një imazh trupor më negativ te adoleshentët 15-18 vjeçarë.

**H2:** Imazhi trupor negativ lidhet me nivele më të ulëta të vetëvlerësimit, ndërsa imazhi trupor pozitiv lidhet me nivele më të larta të vetëvlerësimit te adoleshentët 15-18 vjeçarë.

**H3:** Vajzat e moshës 15-18 vjeçare raportojnë një imazh trupor më negativ, krahasuar me djemtë.

U përdor një dizajn kuantitativ transversal me një kampion prej 150 adoleshentësh ( $M = 16.5$  vjeç,  $SD = 0.94$ ) nga shkollat e mesme të larta të Komunës së Ferizajt (79 vajza ose 52.7% dhe 71 djem ose 47.3%) të përzgjedhur përmes mostrës së përshtatshme. Pjesëmarrësit plotësuan tre instrumente: Shkallën e Vetëvlerësimit Trupor për Adolehentë dhe të Rritur (BESAA) e cila mat tre dimensionet (ndjenjat e përgjithshme ndaj pamjes së jashtme, kënaqësinë me peshën dhe atribuimin e vlerësimeve tek të tjerët) (Mendelson et al., 2001); Shkallën e Presionit Sociokulturor të Perceptuar (PSPS) për të matur presionin nga familja, bashkëmoshatarët dhe mediat (Stice, 2002); dhe Shkallën e Vetëvlerësimit Rosenberg (RSES) (Rosenberg, 1965).

Rezultatet treguan se presioni më i lartë sociokulturor i perceptuar nga të tre burimet (familja, bashkëmoshatarët, mediat) lidhej me një imazh trupor më negativ te adoleshentët 15-18 vjeç. Lidhja më e fortë ishte midis presionit nga familja dhe pakënaqësisë me peshën ( $r = -.525, p < .001$ ), duke theksuar rolin kyç të familjes në kontekstin kosovar. Gjithashtu, u gjetën korrelacione negative midis presionit nga bashkëmoshatarët dhe ndjenjave të përgjithshme ndaj pamjes së jashtme ( $r = -.385, p < .001$ ) dhe pakënaqësisë me peshën ( $r = -.496, p < .001$ ). Presioni nga Mediat lidhej negativisht me pamjen e jashtme ( $r = -.409, p < .001$ ) dhe me peshën ( $r = -.286, p < .001$ ).

Duke mbështetur hipotezën e dytë, imazhi trupor lidhej pozitivisht me vetëvlerësimin global, ku lidhja më e fortë ishte midis ndjenjave për pamjen e jashtme dhe vetëvlerësimit ( $r = .773, p < .001$ ), duke treguar se mënyra se si adoleshentët ndjehen për pamjen e tyre fizike ka lidhjen më të fortë me vetëvlerësimin e tyre global. Pasuar nga ndërlidhja midis atribuimit (vlerësimet që adoleshentët u atribuojnë të tjerëve rreth trupit dhe pamjes së tyre) dhe vetëvlerësimit ( $r = .644, p < .001$ ), dhe më pas midis peshës dhe vetëvlerësimit ( $r = .576$ ).

Sa i përket hipotezës së tretë, vajzat raportuan imazh trupor dukshëm më negativ në të tri dimensionet e imazhit trupor. Në nënshkallën pamja e jashtme (ndjenjat e përgjithshme ndaj pamjes) vajzat kishin mesatare dukshëm më të ulët ( $M = 2.39, SD = .864$ ) në krahasim me djemtë ( $M = 3.05, SD = .547$ ), me një dallim statistikisht domethënës  $t(133) = 5.642, p < .001, d = .902$ . Për nënshkallën pesha (kënaqësia me peshën) vajzat raportuan mesatare më të ulët ( $M = 2.23, SD = 1.156$ ) në krahasim me djemtë ( $M = 2.96, SD = .810$ ), me një dallim statistikisht domethënës  $t(139) = 4.520, p < .001, d = .726$ . Për nënshkallën atribrimi (vlerësimet që u atribuohen të tjerëve), vajzat kishin mesatare më të ulët ( $M = 1.91, SD = 1.074$ ) se djemtë ( $M = 2.32, SD = .818$ ), me një dallim statistikisht domethënës  $t(144) = 2.640, p = .009, d = .426$ .

Për sa u përket dallimeve gjinore në presionin sociokulturor të perceptuar, vajzat raportuan nivele dukshëm më të larta të presionit nga të tre burimet, krahasuar me djemtë. Konkretisht, për presionin nga familja, vajzat kishin mesatare më të lartë ( $M = 1.71$ ,  $SD = .995$ ) se djemtë ( $M = 1.36$ ,  $SD = .615$ ), me një dallim statistikisht domethënës  $t(131) = -2.634$ ,  $p = .009$ ,  $d = -.421$ ). Për presionin nga bashkëmoshatarët, vajzat raportuan presion më të lartë ( $M = 1.64$ ,  $SD = .700$ ) se djemtë ( $M = 1.39$ ,  $SD = .482$ ),  $t(139) = -2.538$ ,  $p = .012$ ,  $d = -.407$ ). Për presionin nga mediat, vajzat kishin mesatare dukshëm më të lartë ( $M = 2.15$ ,  $SD = 1.118$ ) krahasuar me djemtë ( $M = 1.65$ ,  $SD = .954$ ),  $t(148) = -2.915$ ,  $p = .004$ ,  $d = -.477$ ). Këto gjetje tregojnë se vajzat adoleshente jo vetëm që e vlerësojnë veten më negativisht në aspektin trupor, por gjithashtu perceptojnë më shujmë presion nga agjentët sociokulturor si familja, bashkëmoshatarët dhe mediat, për t'iu përmbajtur standardeve të hollësisë dhe pamjes “ideale”.

Gjetjet nënvizojnë nevojën për programe parandaluese dhe ndërhyrëse në shkolla, integrimin e edukimit mediatik në kurrikulë dhe ndërgjegjësimin e prindërve, për të mbështetur mirëqenien psikologjike të nxënësve.